



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KİŞ

Hamuru için:

3 su bardağı un

3 çorba kaşığı tereyağı

1 paket kabartma tozu

1 yumurta

1 çay kaşığı tuz

4 çorba kaşığı su

İçi için:

3 adet havuç

2 adet kabak

1 adet patlıcan

2 adet kırmızı dolmalık biber

6 çorba kaşığı sıvı yağ

2 adet sivri biber

200 gram kaşar peynir

1 su bardağı süt

3 çorba kaşığı un

Öncelikle sıvı yağı bir tavanın içine alıp kızdırın. Tüm sebzeleri aynı boy doğrayıp tavanın içine alın. Üzerine istediğiniz baharatları ekleyip karıştırın. İki dakika kadar kavurup sebzelerin rengi dönünce üzerine un ve sütü ekleyip koyulaşınca kadar karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp soğumaya bırakın. Daha sonra hamuru için gereken malzemeleri bir kabın içinde yoğurun. Bu hamuru kelepçeli bir kabın içine yayın. Harcı da üzerine yerleştirin. Kalan hamuru şeritler halinde üzerine döşeyip kaşar peyniri serpin ve 200 derecedeki fırında 45 dakika pişmeye bırakın. Dilimleyerek servis yapın.